الكشــــرى

اعــداد وتقــديم

ام نيــــللى

رقم الايداع ٢٠٠٤/١٦٦٩٦

مطبعـة النصر

لصاحبها : البكرى عبد العزيز

١٠ ش درب الجنينة ــ ش الجيش ــ ت : ٥٩٣٧٤٤٦

مقـــــــــدمة

اسرعى بشراء كتـــاب المخللات

المخللات يا سيدتى الجميلة لا غنى لمـــائدة الطعام عنها وأنواعها عديدة وبعضها غريب مثل مخلل المانجو ومن غـــير المستبعد أن نرى مخلل التفاح والعنب والفراولة والمخللات هى فاتحة الشـــهية •

وأن كنت يا سيدتى من ذوات الوزن الزائد فلا داعى منها وان كان زوجك أيضا من ذوى الوزن الخفيف فاكثريها له وان لم يتحسن وزنـــه فعليك بالمفتقة • وان لم يتـــأثر فأنصح بأن تخلليه هو نفسه •

حسن البــدوى

مصر ـــ المنصورة : ٣٥٥١١ ص•ب ٩٥

تليفون محمول : ٠١٠/١١٢٤٣٨٧

الكشـــــرى

الصلصة : واحد كيلو طماطم ــ ٢ ملعقة كبيرة صلصة واحد ملعقة كبيرة ثوم ــ ملح ــ شطة ــ خل ــ زيت .

الدقة : كمون ــ ثوم مطحون ــ شطة ــ ملح ــ خل مـــاء ــ عصير ليمون .

المقـــادير :

الكشرى : ٢ كوب أرز ــ ١ كوب عدس بجبة مغسول ومنقوع لمدة ٣ ساعات نصف كـــوب حمص مســـلوق ــ نصف كيلو مكرونة صغيرة مسلوقة ــ حلقات بصل محمر للوجه ــ زيت ــ ملح ــ فلفل أسود .

الطـــريقة :

الدقة : يخلط جميع محتويات الدقة فى زجاجة وترج جيـــدا .

الصلصة : يحمر الثوم فى الزيت حتى يصـــفر لونه ثم

يوضع عصير الطماطم والصلصة وتترك حتى تتسبك ويوضع لها الماء والشطة والملح والخل .

الكشرى : يوضع العدس فى حلة مكان تحمير البصل وتوضع على النار حتى ينضج نصف نضج ثم يوضع الأرز المغسول وكمية المناسبة للنضج ويترك حتى يتشرب الماء ثم يهدأ النار حتى ينضج الأرز مع العدس ثم تشوح المكرونة المسلوقة فى ملعقة كبيرة سمن وترش بالملح والفلفل ويسخن الحمص وعند الغرف يوضع الأرز مع العدس ثم المكرونة ثم الحمص ثم ترش كميــــة من الصلصة ويجمل بحلقات البصل ويرش قليل من الدقة ويقدم ساخن .

❊ ★ ❊

كشرى العدس الأصفر

المقـــادير :

كوب عدس — كوب ارز — ٤ كوب مـــاء — ملح — ٣ ملاعق سمن وزيت — ٢ بصلة حلقات محمرة ٠

الطـــريقة :

ينقع الأرز لمدة ساعة ثم يصـــــفى ويحمر الأرز قليلا وينشل ثم يحمر العدس وينشـــل ثم يضاف المـــاء ويترك ليغلى لمدة خمس دقائق ثم يضـــاف الأرز والعدس ويقلب ويترك ليتشرب وتهدأ النار لينضج وبعد ذلك يغرف اطباق ويجمل بالبصل المحمر ويقـــدم ساخن مع السلطة والبيض المســـلوق ٠

كشرى الفول المدشوش

المقــــادير :

نصف كيلو أرز — ربع كيلو فول مدشوش — ١ ملعقة سمن — ملح وفلفل ورشة صغيرة كمون — ٣ ملاعق زيت بصلة مفروم ناعم .

الطـــريقة :

يسوى الفول فى اناء الطبخ ويترك لينضج ثم تدعك البصلة بالملح والفلفل والكمون والسمن ويوضع على الفول ويترك ليغلى لمدة خمس دقائق ثم يضاف اليه الأرز واذا احتاج ماء يضاف ماء ويترك على النار ليتشرب الماء ثم تهدأ النار ويترك لينضج ثم يقدح الزيت ويصب على الفـــول الارز ويقــدم ســاخن .

كشرى البطاطس بالطماطم

المقـــادير :

٢ كوب أرز ــ نصف كيلو بطاطس مكعبات ــ نصف كيلو طماطم مصفاة ــ ٣ ملاعق سمن ــ ٢ بصلة مبشورة ربطة كسبرة وربطة شبت وبقدونس ــ ملح وفلفل ٠

الطـــريقة :

تدعك البصلة بالملح والفلفل والسمن ثم يوضع عليه عصير الطماطم ويوضع على النار ويترك ليتسبك ثم يضاف الماء ثم توضع البطاطس والشبت والبقدونس والكسبرة ويترك ليغلى لمدة خمس دقائق وبعد ذلك يوضع الأرز واذا احتاج الى ماء يضاف وبعد أن يتشرب الماء تهدىء النار ويترك ليكمل النضج ويقدم ساخن ٠

كشرى البطاطس

المقـــادير :

نصف كيلو أرز ــ نصــف كيلو بطاطس مكعبات ــ بصلة كبيرة ــ ٣ ملاعق سمن ــ ماء ــ ملح وفلفل .

الطـــريقة :

تقطع البصلة قطع صغيرة ويوضع البصل في اناء الطبخ ويوضع عليه السمن ويحمر ليصبح بنى اللون ثم توضــع عليه البطاطس وتقلب لمدة خمس دقائق ثم يوضــع المـاء وعندما يغلى يوضع عليــه الأرز ويترك على النــار ليغلى ويتشرب وتهدىء النار ويترك لينضـــج ويمكن استعمال البسلة والفول الأخضر بدل البطاطس .

كشرى العـــدس بالأرز المفلفل

المقـــادير :

واحد وثلاثة أرباع كوب عدس ــ ٢ بصلة كبيرة ــ نصف كــوب زيت زيتون ــ ٥ كــوب ماء ــ ٢ كــوب أرز ــ ملح .

الطـــريقة :

تحمر شرائح البصل فى الزيت ويؤخذ نصفه على ورق ماص والباقى يبقى فى الزيت يغلى العدس لمدة نصف ساعة ثم يضاف اليـــه الأرز ويترك على النار ليغلى ثم يســخن البصل والزيت ويضاف الى العدس مع اضافة الملح ويغطى الاناء جيدا وتهدأ الحرارة ويترك ليتشرب الماء وينضج ثم يغرف ويجمل بحلقات البصل المحمرة ويقدم ساخن .

العدس بالليمون

المقــــادير :

٢ كوب عدس — ١ كيلو سلق — ٧ كوب ماء ٢ ملعقة ثوم — نصف ملعقة نعناع — ٢ بصلة كبيرة مفروم — كمون وملح وفلفل — ربع كوب عصير ليمون — ثلث كوب دقيق ثلاثة أرباع كوب زيت .

الطــــريقة :

يسلق العدس فى الماء لينضج قليلا ثم يغسل السلق ويفرم ناعم ويضاف للعدس مع عصير الليمون ويترك على النار لمدة ١٠ دقائق ثم يحمر البصل فى الزيت ويضاف للعدس مع الثوم المفروم والنعناع والملح والفلفل ويترك ليبدأ فى الغليان فيضاف اليه الدقيق المذاب فى كوب ماء ويترك ليغلى لمدة خمس دقائق ويقدم ساخن .

فــول أخضر بالكسبرة

المقـــادير :

واحد كيلو فول أخضر — ثلاثة أرباع كوب زيت زيتون ٢ بصلة مفروم ناعم — نصف كوب شوربة — ملح وفلفل ربع كوب عصير ليمون — ربطـة كسبرة — ٥ فصــوص ثوم ناعم •

الطـــريقة :

يقطع الفول قطع صغيرة وتقطع الكسبرة قطـع صغيرة يشوح البصل والثوم والكسبرة فى الزيت حتى يصفر ثم يضاف الفول ويقلب على نار هادئة لمـــدة عشر دقائق ثم يضاف عصير الليمون والملح والفلفل ويقلب جيدا ثم تضاف الشوربة وتهدأ النار ويترك حتى ينضج ويقدم بارد •

الفاصوليا بالزيت والليمون

المقادير :

نصف كيلو فاصوليا ـ ربع فنجان زيت زيتون ـ عصير ليمونة ـ ملح وفلفل .

الطريقة :

تسلق الفاصوليا لتنضج تماما وتصفى وتترك لتبرد يوضع الملح والفلفل والليمون فى زجاجة ويرج جيدا ثم تتبل الفاصوليا بخليط الزيت وتقدم دافئة مع السلطة والخبز البلدى .

سلطة الفول النابت بالطحينة

المقـــادير :

نصف كوب فول نابت ـــ ٢ بصلة مقطعة ـــ ١ ملعقة ثوم ملح وكمون وفلفل ـــ ٣ ملاعق طحينة ـــ ٢ ملعقة خل ـــ ربطة بقدونس مفـــــرى .

الطـــريقة :

يقشر الفول ويوضع فى اناء مع البصل والثوم ويرفع على نار هادئة حتى ينضـــج تماما ثم يهرس الفول جيـــدا ويضاف اليه الملح والفلفل والكمون ويضاف الخل والطحينة والبقدونس الفول ويقلب جيدا ويغـــرف ويترك حتى يبرد ويجمل الوجه بالطحينة ويقدم بارد .

الفــول المقلى

المقــــادير :

ربع كيلو فول مدشوش — بصلة ناعمة — ٢ ملعقــة زيت — ملعقة ثوم ناعم — نصف كيلو طماطم — ملح وفلفل ملعقة سمن ٠

الطــــريقة :

ينقع الفول لمدة ١٢ ساعة تشــو البصيلة فى الزيت فى اناء الطبخ ليصفر لونها ثم تعصر الطماطم وتضاف للبصــل وتترك لتتسبك ثم يضــاف الماء والفول ويترك على نــار هادئة حتى ينضج الفول ويتبل بالملح والفلفل ثم يحمر الثوم فى السمن ثم يوضع على الفول ويترك على النار لمدة خمس دقائق ثم يقــدم ساخن ٠

الفول النابت بالخضرة

المقـادير :

ربع كيلو فول نابت — ربطة شبت وكسبرة خضراء — ربطة سلق — بصلة ملح وفلفل — ملعقة ثوم ناعم — ملعقة أرز — ٣ ملاعق زيت .

الطـريقة :

تحمر البصلة فى الزيت ثم يضاف اليه مقدار من المـاء ويترك ليغلى ثم يقشر الفول ويضاف للبصل ويترك على نار هادئة ويترك لينضج ثم يضاف الأرز وبعد النضج يضـاف اليه الثوم والخضرة المحمـرة والمدقوقة ناعم جدا وتترك لتغلى لمدة خمس دقائق ويقدم ساخن .

الفاصوليا الخضراء المسلوقة

المقــــادير :

ثلاثة أرباع فاصوليا خضراء ــ ملح وفلفل ــ ماء يغطى الفاصوليا ــ ملعقة زبدة ــ ملعقة خل .

الطـــريقة :

تغسل الفاصوليا وتشق بالطول الى شرائح رفيعة يغلى الماء مع ملعقة خل والملح وعندما تغلى توضـــع الفاصوليا وينزع الريم من وقت لآخر وتترك حتى تنضج ثم تصـــفى من المـــاء وتشوح فى ملعقة الزبدة وتقدم ساخنة أو باردة .

اللوبيا الخضراء بالزيت

المقـــادير :

واحـــد كيلو لوبيا خضراء ـــ ٢ بصـــلة مقطعة شرائح رفيعة ـــ ملعقة ثوم مفرى ـــ نصف كوب زيت زيتون ـــ واحد كيلو طماطم ـــ ملح وفلفـــل وبهـــار ـــ ملعقة نعناع ناشف ـــ ملعقة ثوم مفـــرى .

الطـــريقة :

يشوح البصل وملعقة الثوم فى الزيت ثم تضاف اليهم اللوبيا المقطعة والملح والفلفل والبهار ويقلب جيدا ثم تقشر الطماطم وتقطع قطع صغيرة وتضاف الى اللوبيا وتترك على النار لتغلى ثم يهدأ النار وتترك لتنضج وقبل أن ترفع من على النار يضاف النعناع الجـــاف وملعقة الثوم وتقلب ثم تصب فى طبق التقديم وتقدم باردة .

اللوبيا الجافة بالسلق

المقـــادير :

واحد كوب لوبيا — ٢ ربطة سلق — ملعقة ثوم ناعم — ربطة كسبرة خضراء ربع كوب زيت — ٣ بصـــلة مقطعة شرائح رفيعة — ملح وفلفل •

الطـــريقة :

تسلق اللوبيا وتنضج جيدا ثم يقطع السلق يشوح الثوم فى الزيت ثم يضاف اليه الكسبرة المقطعة ويقلب جيدا على نار متوسطة ثم يضاف ورق السلق المفروم ويقلب جيـــدا لمدة خمس دقائق وبعد ذلك تضـــاف اللوبيا وتتبل بالملح والفلفل ويترك على النار مدة خمس دقائق وتحمر شرائح البصل ليصبح لونها ذهبى ويجمل بها طبق اللوبيا •

العدس باللحم المفروم

المقـــادير :

ربع كيلو عدس — ملعقة زبدة — بصـــلة مفرومة — ثمن كيلو لحم مفروم — ملعقة كبيرة صلصة — نصف كوب شوربة لحم — ملح وفلفل .

الطـــريقة :

ينقع العدس مدة ١٢ ساعة ثم يصـــفى من الماء تماما ثم يوضع فى اناء ويغطى بالماء ويوضع على نار متوسطة لمدة ثلاثة أرباع ساعة ثم يصفى من الماء تسيح الزبدة ويشوح بها البصل حتى يصفر ثم تضاف اللحم ويترك على النـــار الهادئة مدة ثلاث دقائق ثم تضـــاف صلصة الطماطم ويقلب جيدا ثم تضاف الشوربة ويتبل بالملح والفلفل ويضـــاف العدس ويترك على نار هادئة جدا ويترك لينضج جيدا .

شــوربة العدس والبرغل

المقـــادير :

٢ كوب عدس اصفر ـــ ٦ كوب ماء ـــ ٣ بصلة مقطعة حلقات رفيعة ثلاثة أرباع كـــوب زيت ـــ كوب برغل ـــ ملح وفلفل ٠

الطـــريقة :

يسوى العدس فى المـاء حتى تمام النضج ويضـاف البرغل الى العدس ويترك على النار ثم يحمر البصل ويصبح بنى اللون ثم اضيفى الزيت المتبقى من تحمير البصل والملح والفلفل وتهدأ النار ويترك على نار هادئة ثم يهرس البصل جيدا ويضاف الى العدس والبرغل ويترك على النار لمـدة ساعة على التقليب المســتمر حتى لا يلتصق بالاناء ويمكن اضافة الماء ليصبح خفيف بعض الشىء ٠

البصـــــــارة

المقـــادير :

نصف كيلو فول مدشوش — ٢ ملعقة كبيرة ثوم مفرى ٢ — ربطة كسبرة — ٢ ربطة بقدونس — ملعقة كبيرة نعناع جاف ناعم — ٢ ملعقة كسبرة جافة ناعم وشوية سمسم — نصف كوب زيت — ٢ ملعقة سمن — ٢ ملعقة كبيرة ثوم للتقليـــة .

الطـــريقة :

يوضع الفول والبصل والثوم والخضرة ومقـدار من الماء على النار ويترك لينضج جيدا ثم يصـــفى ويوضع على النار مرة أخرى مع اضـــافة النعناع والملح والكمـــون والشطة اذا رغبتم ويقلب لمـــدة ١٠ دقائق ثم يصـــب فى الاطباق وتعمل التقليـــة من الثـــوم والكسبرة والسمسم ويجمل بها وجـــه البصـــارة وتقـــدم باردة مع البصـــــل الاخضر والخبز البلدى .

الطعمية بالحمص

المقــــادير :

٢ كوب فول مدشوش ــ نصف كوب حمص ــ ٢ملعقة ثوم ــ ٣ بصلة كبيرة ــ ربطة كسبرة وبقدونس ــ ملــح وفلفل وكسبرة وشطة وكمون ــ ٢ ملعقة دقيق ــ ملعقــة صغيرة بيكنج بودر وكربونات •

الطــــريقة :

ينقع الفول والحمص مدة ٢٤ ساعة ثم يفرم مع البصل والثوم والخضرة لتصبح ناعمة ثم يضــاف جميع التوابل والكربونات ويقلب جيدا ثم يضاف البيكنج بودر الى الدقيق وملعقة ماء ثم يضاف للخليط السابق ويعجن جيدا ثم يسخن الزيت وتحمر به اقراص الطعمية وتقدم ساخنة مع السلطات

الطعميـــــة

المقـــادير :

نصف كيلو فول مدشوش ــ ٢ بصلة متوسطة ــ ملح وكمون وشطة وكسبرة جافة ــ ملعقة كبيرة ثوم ــ ربطة شبت وكسبرة وبقدونس وبصل أخضر ــ سمسم .

الطـــريقة :

ينقع الفول لمدة ٢٤ ساعة ثم يصفى ويفرم جميع المقادير مرتين لينعم ثم تضاف جميع التوابل ويقلب جيدا ثم تضاف بيضة ويقلب مع ذرة كربونات ثم يسـخن الزيت وتعمـل دوائر الطعمية ويغطى الوجه بالسمسم وتحمر وتقدم ساخنة مع السلطة والمخلل .

العدس ابو جبة المدمس

المقـــادير :

نصف كيلو عدس ـ زيت وليمون ـ سمن بلدى ـ ثوم •

الطـــريقة :

يغسل العدس وينقــع لمدة ١٢ ســـاعة ثم يوضع فى الدماسة ويسوى على نار هادئة لينضج جيدا ثم يهرس بايد المدق الخشب وهـو فى الدماسة ثم يؤكل بالزيت والليمون أو بالسمن البلدى •

❋ ★ ❋

مفاجـــاة ســــــارة
لك يا ســــيدتى العزيزة ..
هـــذه بعض الاكلات المختلفة ..

طاجن السمك المسلوك فى الفرن

المقـــادير :

واحد كيلو سمك مسلوق ومخلى ومهروس — ٢ ملعقة دقيق — ملح وفلفل — زبدة — ٢ كـوب لبن — ملعقـة مستردة — ٣ بيضة مسـلوقة ومهروسة — نصـف كيلو بطاطس مسلوقة ومهروس باللبن والزبدة — ربع كيلو جبن رومى مبشـور .

الطـــريقة :

يحمر الدقيق فى الزبدة ثم يضاف اللبن بالتدريج مـع التقليب حتى يغلظ القوام ويضاف الملح والفلفل والمستردة ثم يرفع من على النار ويوضع السمك ويصف فى قالب فرن ويوضع على الوجه البطاطس والبيض والزبدة ويرش بالجبن الرومى ويوضع فى فرن حار حتى يحمر ويقدم ساخن .

صينية السمك الفيليه

المقادير :

واحد كيلو سمك فيليه — ربع كيلو زبدة — ربطة بقدونس مفرى — ملح وفلفل .

الطريقة :

تدهن صينية بالزبدة وترص بها شرائح الفيليه ثم تخلط باقى الزبدة مع البقدونس ويدهن السمك بنصف الكمية ويوضع فى الفرن لمدة عشر دقائق ثم يخلط الملح والفلفل بباقى البقدونس ويقلب السمك على الوجه الآخر ويدهن بباقى الخلطة ويوضع مرة أخرى فى الفرن حتى يتم النضج ويحمر الوجه ويقدم ساخن مع الأرز والسلطة الخضراء .

الماظيـة القـرع العسلى

المقـــادير :

٢ كيلو قرع عسلى — نصف كيلو سكر — ٤ ورقات جيلاتين — فانيليا — ســكر .

الطــريقة :

يقشر القرع العسلى ويقطع ثم يضـاف اليه الســكر ويرفع على النار ، يترك حتى ينضـج جيـدا ، يضرب فى الخلاط ، يقطع الجيلاتين وينقع فى نصف كوب ماء ويرفع على النار مع التقليب حتى يذوب يضاف الى القرع العسلى وكذلك الفانيليا ويقلب جيدا ثم يصب فى طبق بللورى أو كاسات ويدخل الثلاجة حتى يبرد ويجمل بالكريم شـانيه أو الفاكهة أو المكسرات ويقدم مثلجا .

مربى القــرع العسلى

المقـــادير :

٢ كيلو قرع عسلى ، نصف كيلو سكر ، ربع فنجــان ليمون ، ملعقة فانيليا ، ملعقة جير .

الطـــريقة :

ينقع فى الماء وتوضع معه ملعقة الجير مع التقليب ويرفع على النار مــدة خمسة دقائق ويصــفى من الماء ويشطف يوضع السكر على القــرع العســلى ويرفع على نار هادئة ويضاف اليه عصــير الليمــون ويترك على النار حتى يتم النضج ثم تضـــاف الفانيليا وتختبر النضج ، تترك لتبرد وتعبأ فى علبة نظيفة مغطاة .

حساء القرع العسلي (طبق فرنسي)

المقــــادير :

٢ كيلو قرع عسلي ــ مكعب حساء ــ كوب ماء مغلي كوب كريمة طازجة ملح فلفل مطحون طازجا ــ قليل من جوز الطيب ، أوراق بقدونس مكعبات التوست المحمصة .

الطــــريقة :

يقشر القرع العسلي مكعبات ويقطع وينزع البذور والالياف الداخلية ويوضع مكعبات القرع لتطهى على البخار ٢٠ دقيقة وتختبر بشوكة لتصير لينة ثم تترك لتبرد وتخفق في الخلاط لتصير بيوريه ناعما ، يوضع مرق الدجاج في اناء به كمية مناسبة من الماء المغلي ويضاف اليه بيوريه القرع ثم الكريمة وقلبي باستمرار ، يتبل الحساء بالملح وجوزة الطيب وتترك لتغلي على نار متوسطة لعدة دقائق ساخنا ، يغرف الحساء ساخنا في السلاطين مع مكعبات التوست ويجمل بأوراق البقدونس .

خشاف القرع العسلى

المقادير :

٢ كيلو قرع عسلى ، ٢ كوب سكر ، ٢ ملعقة ليمون ، فانيليا نصف كوب سكر .

الطريقة :

يقشر القرع ويقطع مكعبات منتظمة ، يوضع السكر مع كوب ماء ويترك ليغلى ثم يضاف ملعقة ليمون ، يوضع القرع العسلى فى الشراب ويترك لينضج ، يضاف نصف كوب السكر المتبقى مع قليل من الماء وملعقة الليمون ويترك على النار ليغلى ، يترك حتى يبرد ويدخل الثلاجة ويغرف فى أطباق الخشاف ويجمل ويقدم .